

*СІЛЬЧЕНКО С.В., студентка групи ПС-71м(з),  
Вінницького інституту Університету «Україна»*

## **ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПРОЯВІВ РИЗИКОВОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ**

Підлітковий максималізм, відсутність досвіду, мотивацій, розуміння та підтримки, цікавість і бажання спробувати різні сторони «дорослого життя», тиск однолітків або друзів більш старшого віку, популяризація в соціальних мережах «модних» розваг, і, що найстрашніше, втрата сенсу життя призводить до ризикованої поведінки [4]. В результаті маємо такі явища, як наркоманія, алкоголізм, захворювання, що передаються статевим шляхом, вибір між пологами і аборт, суїцидальна поведінка, летальні наслідки в ході екстремальних розваг, булімія, анорексія, захворювання внаслідок інтернет-залежності, захоплення езотеричними вченнями, участь в діяльності релігійних сект, асоціальних субкультур, експерименти з власним тілом [2].

У багатьох випадках, порушення норм неповнолітніми не становлять суспільної небезпеки, але вони можуть бути небезпечними і, в разі відсутності своєчасного реагування вихователів і суспільства, можуть призвести до деформації особистості. Тому вивчення самої суті, з'ясування і дослідження причин ризикової поведінки та людей груп ризику і розробка програм з психокорекції набувають все більшої актуальності як в Україні, так і в усьому світі [1].

Мета статті: здійснити аналіз ефективності програми психокорекції ризикової поведінки підлітків.

Поведінка в умовах ризику, фактори, що її визначають, вже давно стали предметом психологічного дослідження (А. Альгін, Ю. Жуков, Ю. Зубок, Т. Корнілова, В. Петровський).

Як закордонні, так і вітчизняні дослідники наголошують на тому, що поведінка особистості в небезпечній ситуації залежить від багатьох чинників: психофізіологічних властивостей і загального стану організму (А. Березовський, К.Гуревич, І. Піскун), від вроджених форм поведінки – рефлексів (З. Фрейд), від ціннісних орієнтацій особистості (І. Бех, Л. Орбан-Лембрик), від рівня володіння правилами безпечної поведінки (Н. Денисенко, О. Лоза) [3].

Нами був проведений констатувальний експеримент, після якого ми розробили психокорекційну програму, що мала на меті зниження негативних проявів ризикової поведінки у життєдіяльності підлітків.

Засоби та методи корекції: соціально-психологічний тренінг

(дидактичний), ігри. В програмі використані наступні методи і техніки: метод позитивної психотерапії (притчі, метафори), проєктивне малювання, методи релаксації, аналіз ситуацій, рольові ігри, завдання на самопізнання, метод «тренування поведінки», інформаційні повідомлення тощо.

В програмі використані матеріали міжнародних молодіжних проєктів «Рівний – рівному», «Діалог», «Стратегії розв'язання конфліктів у спілкуванні».

Очікувані результати: позитивний вплив на розвиток самосвідомості підлітків, як передумови їхнього особистісного зростання, осмислення та корекція ризикової поведінки, підвищення самооцінки, розвиток мотиваційно-ціннісних орієнтацій, зміна реагування та корекція поведінки в різноманітних ситуаціях.

Етапи корекції: 1. Настановчий; 2. Корекційний; 3. Етап оцінки соціально-психологічного тренінгу. Нами було проведено десять занять. Заняття розраховані на 90 хвилин. Періодичність занять: 1 – 2 рази на тиждень.

Кількість учасників – 16-20 учнів (за результатами діагностики, в яких виявлені середній та високий рівень схильності до ризикової поведінки).

Вік учасників – 13-15 років.

Мета даного тренінгу: корекція ризикової поведінки полягає у навчанні та самовдосконаленні підлітка через утворення безпосереднього життєвого досвіду в спеціально організованому груповому контексті за сприяння ведучого-психолога.

Безпосереднім механізмом проведення тренінгу є розвиток компетентності у вирішенні питання корекції проявів ризикової поведінки, що допомагає вплинути на інтрапсихічні зміни, які полягають у «феномені впливу міжособистісного поля на особистість учасників групи».

Ще один механізм – це поєднання індивідуально-групового підходу, який забезпечує активну соціально-психологічну підготовку для вирішення проблем тривожності, стресостійкості і унормованості поведінки дітей групи «ризик» [5].

Форма тренінгу: особистісно-розвиваюча, спрямована на розвиток спеціальних умінь, механізмів подолання проблемних ситуацій, тривожності та поглиблення аналізу та самоаналізу.

У даній комплексній програмі використовуються наступні методи: ігровий (дидактична гра, контргра); дискусійний (аналіз ситуації, групова дискусія); невербальний (психогімнастика, проєкція) [5].

На ефективність тренінгу безпосередньо та опосередковано впливають наступні фактори фізичного та соціального середовища: організація ізольованого приміщення та розміщення учасників в коло, за столами; технічне забезпечення кожного учасника ігровим набором елементів; склад групи добирається за результатами діагностики схильності до ризикової поведінки; створення атмосфери довіри, психологічної безпеки та продуктивності у групі; довід психолога як ведучого групового процесу;

Після проведеного нами соціально-психологічного тренінгу ми зробили повторне дослідження для визначення ефективності психокорекційної програми, використавши для цього такі методики: «Дослідження схильності підлітків до ризику»(опитувальник О.Г. Шмельова); «Дослідження ціннісних орієнтацій за методикою М. Рокича.

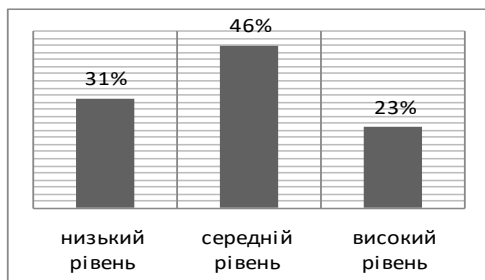


Рис.1. Результати до тренінгу (n=20)

Розглянемо результати порівняльного аналізу схильності підлітків до ризику (за опитувальником О.Г. Шмельова: рис. 1. Схильність підлітків до ризику за опитувальником О.Г. Шмельова до проведення психокорекції ризикової поведінки підлітків; рис.2. Схильність підлітків до ризику за опитувальником О.Г.Шмельова після проведення психокорекції ризикової поведінки підлітків (n=20).

Розглянемо результати порівняльного аналізу ціннісних орієнтацій підлітків схильних до ризикової поведінки за методикою М. Рокича (табл. 1.)

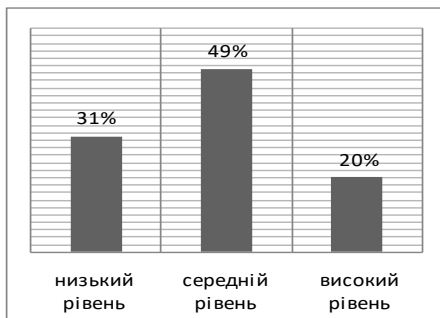


Рис. 2. Результати після тренінгу (n=20)

Таблиця 1.  
Порівняльний аналіз ціннісних орієнтацій підлітків схильних до ризикової поведінки

Категорії цінностей	Підлітки схильні до ризикової поведінки (n=20), 36,6%	
	до тренінгу	після тренінгу
<b>Термінальні цінності</b>		
здоров'я	8,00 %	11,00 %
хороші друзі	9,10 %	8,10 %
любов	8,00 %	7,00 %
матеріальне забезпечення	8,20 %	6,00 %
щаслива сім'я	3,30 %	4,50 %
<b>Інструментальні цінності</b>		
незалежність	10,00 %	7,00 %
вихованість	4,20 %	6,10 %
відповідальність	7,20 %	9,10 %
життєрадісність	9,20 %	7,20 %
чесність	6,00 %	7,30 %
<b>Вітальні цінності</b>		
доброта	7,00 %	6,20 %
товариськість	7,20 %	5,20 %
готовність допомогти	9,00 %	11,00 %
розуміння	5,00 %	7,00 %
чесність	8,40 %	7,20 %

Після проведеної нами психокорекційної роботи та повторних досліджень, ми можемо зазначити, що кількість учнів схильних до ризикової поведінки знизилася на 3%, також змінилося відсоткове відношення ціннісних орієнтацій за методикою М. Рокіча, що дає нам можливість стверджувати, що психокорекційна програма є ефективною.

Отже, психологічна корекція ризикової поведінки полягає у навчанні та самовдосконаленні людини через утворення безпосереднього життєвого досвіду в спеціально організованому груповому контексті за сприяння ведучого-психолога. Проведення соціально-психологічних тренінгів є надзвичайно важливим і актуальним видом роботи з підлітками, оскільки в ході заняття ми можемо спостерігати за поведінковими реакціями, спробами вирішення життєвих ситуацій. Така робота буде доречною після проведення анкетувань та емпіричних досліджень з метою визначення предмета корекції. Після проведеної нами психокорекційної роботи та повторних досліджень, ми можемо зазначити, що спостерігається позитивна тенденція в зниженні проявів ризикової поведінки, також змінилося відсоткове відношення ціннісних орієнтацій, що підтверджує ефективність нашої психокорекційної програми.

### **Список використаних джерел**

1. Балакірева О. М. Диференціація життєвих шляхів молодого покоління залежно від факторів соціального середовища / О. М. Балакірева // Молодь України: стан, проблеми, шляхи розв'язання. – 2007. – №13. – С. 6-9.
2. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Школа проти СНІДу. Профілактика ризикованої поведінки: Посібник для вчителя / Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко. – Київ, 2009. – 256 с.
3. Кошова І. В. Психологія девіантної поведінки: навчальний посібник / І. В. Кошова. – Ніжин : вид-во НДУ ім. М. Гоголя, 2009. – 167 с.
4. Лещук Н. О. Дорослішай на здоров'я: навч.-метод. посіб. / Н. О. Лещук, Ж. В. Савич, О. А. Голоцван. – К., 2012. – 214 с.
5. Мілютіна К. Форми психокорекційного впливу / К. Мілютіна. – К., 2007. – 144 с.